



Monitor pentru determinarea compoziției corporale VIVA (HBF-222T-EBK)

• Manual de instrucțiuni

RO

Vă mulțumim că ați achiziționat monitorul pentru determinarea compoziției corporale OMRON.

Înainte de a utiliza acest aparat, vă rugăm să citiți cu atenție manualul de instrucțiuni pentru a înțelege care este modalitatea de utilizare corespunzătoare și sigură.

Vă rugăm să depozitați într-un loc sigur acest manual de instrucțiuni pentru consultări ulterioare.

VIVA

Monitor pentru determinarea compoziției corporale

Destinația utilizării

Vă mulțumim că ați achiziționat acest monitor pentru determinarea compoziției corporale OMRON. Acest aparat este destinat măsurării și afișării următorilor parametri aferenți compoziției corporale.

- Greutate corporală
- Țesut adipos (în %)
- Țesut adipos visceral (până la 30 de niveluri)
- Mușchi scheletici (în %)
- Metabolism bazal (în kcal)
- IMC (Indice de masă corporală)

Acest aparat este destinat utilizării de către adulții care pot înțelege acest manual de instrucțiuni. Nu este destinat uzului profesional în spitale sau alte unități medicale, este destinat exclusiv uzului casnic.






Citiți cu atenție acest manual de instrucțiuni înainte de utilizare, precum și pentru informații suplimentare privind fiecare funcție în parte.

Cuprins

Înainte de utilizarea aparatului	2
Note referitoare la siguranță.....	2
1. Familiarizarea cu aparatul.....	4
2. Introducerea și înlocuirea bateriilor.....	5
3. Sincronizarea aparatului cu dispozitivul dumneavoastră inteligent.....	6
4. Setarea unității de măsură, a datei și orei.....	7
5. Înregistrarea datelor personale.....	8
Instrucțiuni de utilizare	9
6. Efectuarea măsurătorii exacte.....	9
6.1 Pozițiile corecte în timpul măsurătorii.....	9
6.2 Informații privind funcția „Corecție la 0 kg” (Atenționare privind memorarea).....	10
6.3 Implementarea funcției „Corecție la 0 kg”.....	10
7. Efectuarea unei măsurători.....	10
Utilizarea funcției de memorie	12
8. Vizualizarea rezultatelor măsurătorii pe dispozitivul dumneavoastră inteligent.....	12
Atunci când este necesar	13
9. Selectarea numărului personal și efectuarea unei măsurători.....	13
10. Modul Vizitator (Mod neînregistrat).....	14
11. Măsurarea exclusivă a greutății.....	15
12. Modificarea sau ștergerea datelor personale.....	16
13. Ștergerea setării de comunicare.....	17
14. Întreținerea și depozitarea.....	17
15. Identificarea și rezolvarea problemelor.....	18
16. Date tehnice.....	21
Informații privind compoziția corporală	24
17. Informații privind compoziția corporală.....	24
18. Diagrame pentru interpretarea rezultatului măsurătorii.....	26

Note referitoare la siguranță

Simbolurile utilizate și definițiile aferente sunt următoarele:

 Pericol:	Utilizarea incorectă poate cauza situații periculoase, ducând la leziuni corporale grave sau chiar la deces.
 Avertisment:	Utilizarea incorectă poate cauza leziuni corporale grave sau chiar decesul.
 Atenție:	Utilizarea incorectă cauza leziuni corporale sau pagube materiale.

Pericol:

- Nu utilizați niciodată această unitate în combinație cu aparate medicale electronice precum:
 - (1) Implanturi electronice medicale, cum ar fi stimulatoarele cardiace.
 - (2) Echipamente electronice pentru menținerea funcțiilor vitale, cum ar fi inima artificială sau plămânii artificiali.
 - (3) Dispozitive medicale electronice portabile, cum ar fi un electrocardiograf.

Această unitate poate cauza funcționarea defectuoasă a aparatelor și echipamentelor menționate, generând riscuri considerabile privind sănătatea utilizatorilor.



Avertisment:

- Nu lăsați unitatea la îndemâna copiilor. Acesta conține piese mici care pot reprezenta un pericol de asfixiere dacă sunt înghițite de copii.
- Nu utilizați unitatea pe suprafețe alunecoase, cum ar fi o podea umedă.
- Nu săriți pe aparat și nu faceți mișcări bruște atunci când vă urcați sau când vă aflați pe acesta.
- Nu utilizați unitatea atunci când aveți corpul și/sau picioarele umede (de exemplu, nu utilizați unitatea după baie).
- Stați în picioare pe aparat, cu picioarele goale. Dacă vă urcați pe aparat cu șosete în picioare puteți aluneca și vă puteți răni.
- Nu călcați pe marginea aparatului sau pe zona de afișare a acestuia.
- Persoanele invalide sau cu debilitate fizică trebuie să beneficieze de ajutorul altei persoane la fiecare utilizare a unității.
- Dacă electrolitul bateriei intră în contact cu ochii, clătiți imediat cu multă apă curată. Consultați imediat un medic.
- Nu folosiți acest produs în spitale, aeronave sau alte medii în care utilizarea undelor radio este interzisă.
- Acest produs lucrează în banda de radiofrecvență (RF) de 2,4 GHz. Nu utilizați acest produs în locuri în care radiofrecvența este restricționată, cum ar fi la bordul unei aeronave sau în spitale.

Atenție:

- Nu dezasamblați, reparați sau remodelați aparatul.
- Nu începeți un program de reducere a greutateii sau de exerciții fără a consulta mai întâi un medic sau un cadru medical specializat. Autodiagnosticarea poate fi dăunătoare pentru sănătatea dumneavoastră.
- În timpul măsurării, asigurați-vă că nu se află niciun telefon mobil sau orice alt tip de dispozitiv electric, care emite câmpuri electromagnetice, la 30 de cm de acest aparat. Acest lucru poate avea drept rezultat funcționarea incorectă a dispozitivului și/sau poate determina citirea unor valori inexacte.
- Utilizați baterii care sunt recomandate pentru acest aparat. Nu montați bateriile cu polaritățile inversate.
- Înlocuiți imediat bateriile uzate cu baterii noi.

- Nu aruncați bateriile în foc.
- Dacă electrolitul din baterii intră în contact cu pielea sau cu îmbrăcămintea, clătiți imediat cu multă apă curată.
- Îndepărtați bateriile atunci când unitatea nu va fi utilizată pe o perioadă mai lungă de timp mai îndelungată (aproximativ trei luni sau mai mult).
- Nu combinați baterii care nu sunt de același tip.
- Nu combinați baterii vechi cu baterii noi.
- Spălați-vă întotdeauna pe picioare înainte de a utiliza aparatul. Dacă aveți o infecție la picior sau o altă boală de piele, puteți transmite infecția altor persoane.
- Dacă aparatul va fi utilizat de mai multe persoane, ștergeți-l cu o lavetă umezită cu un detergent neutru după utilizare. Apoi, ștergeți-l până se usucă.
- Nu utilizați această unitate în alte scopuri decât cele specificate în acest manual.
- Deoarece acest aparat este un instrument de precizie, nu îl scăpați, nu îl supuneți la vibrații sau la șocuri puternice.

Transmiterea datelor

- Nu înlocuiți bateria în timp ce rezultatul măsurătorii este transferat către dispozitivul inteligent. Acest lucru poate cauza funcționarea incorectă a monitorului și imposibilitatea de a transfera rezultatul măsurătorii.
- Nu așezați cartele cu circuite integrate, magneți, obiecte metalice sau alte dispozitive care emit câmpuri electromagnetice în apropierea monitorului în timp ce rezultatul măsurătorii este transferat către dispozitivul inteligent. Acest lucru poate cauza funcționarea incorectă a aparatului și imposibilitatea de a transfera rezultatul măsurătorii.

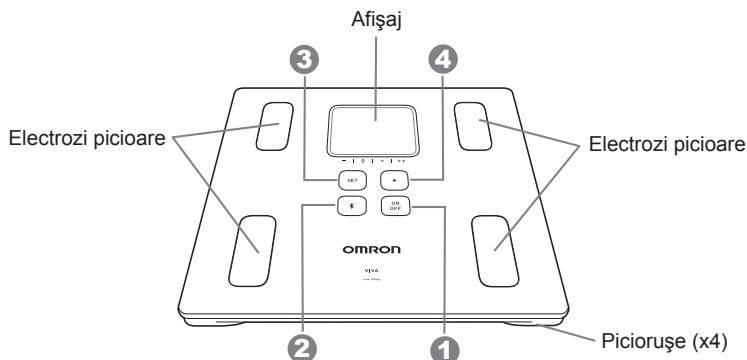
Măsurarea incorectă

Măsurarea incorectă poate apărea în cazul în care aparatul este folosit de următorii utilizatori: Persoane în vârstă (peste 81 de ani) / Persoane cu febră / Culturiști sau atleți antrenanți / Pacienți supuși dializei / Pacienți cu osteoporoză, care au o densitate foarte redusă a oaselor / Femei însărcinate / Persoane care prezintă umflături.

- În acest caz, compoziția corporală, cum ar fi conținutul de apă din corp, poate diferi foarte mult față de valoarea medie.

1. Familiarizarea cu aparatul

Aparatul



<p>1</p> 	<p>Butonul ON/OFF (PORNIRE/OPRIRE)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apăsați acest buton pentru a porni aparatul. • Apăsați acest buton (2 secunde sau mai mult) pentru a opri aparatul.
<p>2</p> 	<p>Butonul Bluetooth</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apăsați acest buton pentru a transfera datele manual. • Apăsați acest buton (2 secunde sau mai mult) pentru a sincroniza aparatul cu dispozitivul dumneavoastră inteligent. <p>※ Acest buton poate fi utilizat și atunci când alimentarea cu energie este întreruptă.</p>
<p>3</p> 	<p>Butonul SET (SETARE)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apăsați acest buton pentru a seta sau confirma datele.
<p>4</p> 	<p>Butonul Avansare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apăsați acest buton pentru a avansa. • Apăsați și mențineți apăsat acest buton pentru a avansa rapid în timpul setării datei, orei și înălțimii.

RO

Afișaj

Simbol număr personal
Se aprinde când este afișat numărul personal.

Simbol greutate
Se aprinde numai la măsurarea greutății corporale.

Simbol baterie
(nivel scăzut/descărcată)

Simbol SINCRONIZARE

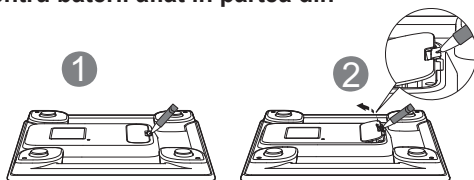
Simbol Bluetooth

Procent de țesut adipos, nivel de țesut adipos visceral, procent de mușchi scheletici, indicator de clasificare IMC

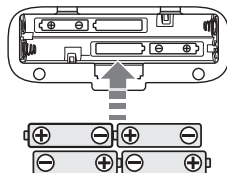
2. Introducerea și înlocuirea bateriilor

1. Deschideți capacul compartimentului pentru baterii aflat în partea din spate a aparatului.

În acest scop, puteți utiliza un obiect dur, de exemplu un stilou.



2. Introduceți bateriile respectând polaritatea corectă indicată de marcajul din interiorul compartimentului pentru baterii.




3. Închideți capacul compartimentului pentru baterii.

Durata de viață a bateriilor și înlocuirea acestora

- Aproximativ 6 luni (În cazul în care bateriile alcaline de tip AAA sunt utilizate pentru patru măsurători, patru transferuri de date și patru persoane pe zi, la o temperatură a camerei de 23 °C)

- Deoarece bateriile livrate împreună cu aparatul servesc numai pentru a testa funcționarea aparatului, acestea pot avea o durată de viață mai scurtă.


- La afișarea simbolului pentru baterie descărcată , înlocuiți toate cele patru baterii cu baterii noi.

- Înlocuiți toate cele patru baterii cu unele noi (de același tip), în același timp.
- Atunci când simbolul pentru nivel scăzut al bateriei , clipește, se recomandă să înlocuiți din timp bateriile cu unele noi.

- Înlocuiți bateriile numai după oprirea alimentării cu energie a aparatului.

- Datele personale stocate în aparat se păstrează chiar dacă bateriile sunt îndepărtate.
- Îndepărtarea bateriilor uzate trebuie efectuată în conformitate cu reglementările naționale privind îndepărtarea bateriilor.

- La înlocuirea bateriilor, trebuie să resetați unitatea de măsură, data și ora. (Consultați secțiunea 4.)

- Dacă ați efectuat deja sincronizarea cu aplicația „OMRON connect“, apăsați butonul  pentru a comunica cu această aplicație, apoi data și ora vor fi setate automat.

Simbol baterie descărcată



Informații privind funcția de oprire

- Apăsați butonul  (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

- Alimentarea cu energie a aparatului se întrerupe automat în oricare dintre următoarele situații.

- 10 secunde după ce se afișează „Err“.
- Aparatul nu este utilizat timp de 1 minut dacă este afișată indicația „0,0 kg“.
- Aparatul nu este utilizat timp de 3 minute.



3. Sincronizarea aparatului cu dispozitivul dumneavoastră inteligent

1. Activați funcția Bluetooth a dispozitivului dumneavoastră inteligent.
2. Descărcați și instalați aplicația „OMRON connect“ pe dispozitivul dumneavoastră inteligent.

Puteți alege una dintre următoarele 2 metode.

■ **Scanați codul QR pentru a obține acces la următoarea adresă.**



Cod QR

omronconnect.com/setup

■ **Căutați aplicația „OMRON connect“ în „App Store“ sau „Google Play“.**



RO

3. **Deschideți aplicația pe dispozitivul inteligent și urmați instrucțiunile de configurare și sincronizare.**

Dacă dețineți deja aplicația OMRON connect, mergeți la:

Menu (Meniu)>Device (Dispozitiv)>Add Device (Adăugare dispozitiv)

NOTE

- Un singur dispozitiv inteligent gestionează datele unui singur utilizator.
- Dacă se utilizează o altă aplicație decât „OMRON connect“, este posibil ca datele să nu fie transferate corect.
- Pentru detalii, vă rugăm să citiți metoda și instrucțiunile de utilizare din cadrul aplicației.

4. Setarea unității de măsură, a datei și orei



Setarea unității de măsură, a datei și orei este necesară înainte de a efectua primele măsurători sau după înlocuirea bateriilor.

- Data și ora pot fi setate și din cadrul aplicației „OMRON connect”.

1. Apăsați butonul pentru a porni aparatul.

Indicația „kg și cm” clipește pe afișaj.



2. Setati unitatea de măsură.


Apăsați butonul  pentru a regla și apăsați butonul  pentru a confirma.

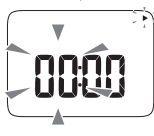
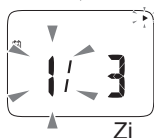
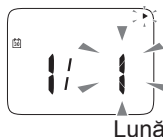
- Unitatea de măsură implicită este „kg și cm”.
- Puteți seta unitatea de măsură în „lb și inch” sau „st-lb și inch”.



3. Setati data și ora corectă pe aparat.


Apăsați butonul  pentru a regla și apăsați butonul  pentru a confirma.

- Setarea intervalului de ani: 2017 - 2045.
- Ora este afișată în format de 24 de ore.
- În timpul setării anului, datei, orei și minutelor, mențineți apăsat butonul  pentru a avansa rapid în incremente de 10.



După ce toate setările pentru unitatea de măsură, an, lună, zi, oră și minut sunt afișate în această secvență, alimentarea cu energie este întreruptă automat.

NOTE

- Dacă faceți o greșală în timpul setării, apăsați butonul  pentru a întrerupe alimentarea cu energie și începeți din nou de la „Pasul 1”.
- Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 3 minute. Setati din nou unitatea de măsură, data și ora.
- Pentru a modifica unitatea de măsură, data și ora, scoateți bateriile și așteptați cel puțin 20 de secunde. Apoi, introduceți bateriile și resetati.

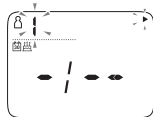
5. Înregistrarea datelor personale

Pentru măsurarea compoziției corporale, trebuie să vă înregistrați datele personale (data nașterii, sexul, înălțimea). Pot fi memorate date înregistrate de la maxim 4 persoane.



- Datele personale pot fi înregistrate și din aplicația „OMRON connect”.

1. Apăsați butonul pentru a porni aparatul.

Aparatul este alimentat cu energie. Numărul personal „1” clipește. Este afișată data nașterii (- / - -).




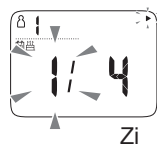
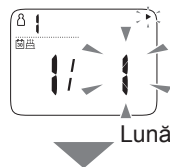
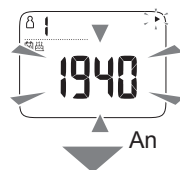
2. Selectați și confirmați numărul personal.

Apăsați butonul  pentru a selecta numărul dumneavoastră personal și apăsați butonul  pentru a confirma.





3. Setări data nașterii.

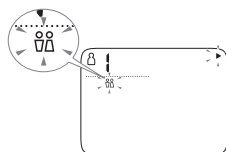
Apăsați butonul  pentru a seta data nașterii și apăsați butonul  pentru a confirma.

- Setarea intervalului de ani: 1900 - 2045
- În timpul setării anului și datei, mențineți apăsat butonul  pentru a avansa rapid în incremente de 10.





4. Setări sexul

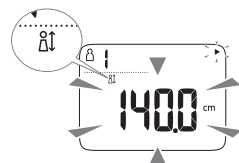
Apăsați butonul  pentru a seta genul  (MASCULIN) sau  (FEMININ) și apăsați butonul  pentru a confirma.



5. Setări înălțimea.

Apăsați butonul  pentru a regla înălțimea și apăsați butonul  pentru a confirma.

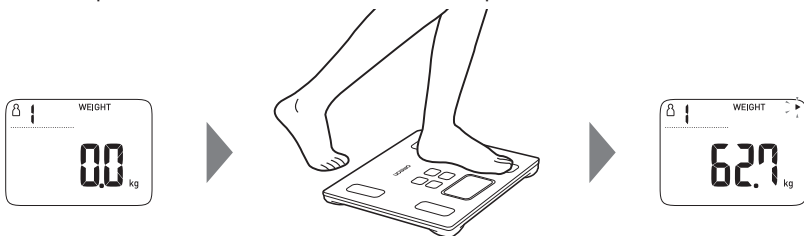
- Apăsați în mod continuu pentru a avansa rapid în incremente de 10 cm (sau 1 inch).
- După afișarea tuturor setărilor în vederea confirmării, pe afișaj apare indicația „0,0 kg”.



6. Urcăți-vă pe aparat pentru a efectua o măsurătoare atunci când este afișată indicația „0,0 kg“.

Datele privind greutatea corporală și compoziția corporală sunt înregistrate în aparat pentru a asista funcția de recunoaștere automată.

După scurt timp, rezultatele măsurătorii sunt indicate după cum urmează.



7. Coborâți de pe aparat după ce sunt afișate rezultatele măsurătorii.

Înregistrarea datelor personale este finalizată.

8. Apăsăți butonul (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

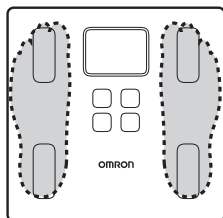
Pentru a adăuga date personale noi, începeți de la „Pasul 1“.

Instrucțiuni de utilizare

6. Efectuarea măsurătorii exacte

6.1 Pozițiile corecte în timpul măsurătorii

Pășiți pe aparat cu tălpile goale.
Poziționați scobiturile tălpileor picioarelor în centrul aparatului.



Notă

- Dacă pășiți pe aparat cu șosete sau încălțăminte în picioare, rezultatul măsurătorii poate fi inexact.



Nu îndoiiți genunchii în timpul măsurătorii.

Efectuați măsurătoarea pe o podea dură și dreaptă.

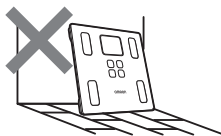
Notă

- O suprafață moale, de exemplu, o saltea sau un covor, poate determina măsurători inexacte.

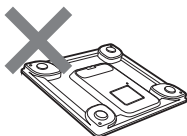
6.2 Informații privind funcția „Corecție la 0 kg“ (Atenționare privind memorarea)

Atunci când nu este utilizat, aparatul corectează cu regularitate precizia de măsurare în mod automat.

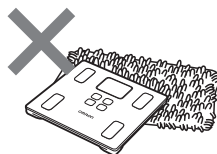
- Dacă aparatul este amplasat conform ilustrațiilor de mai jos, această funcție de corectare a preciziei nu va funcționa; implementați funcția „Corecție la 0 kg” înainte de a efectua măsurătoarea.



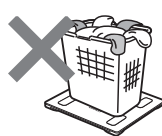
Aparatul se sprijină de un perete sau alte obiecte



Aparatul este amplasat cu susul în jos



Aparatul este amplasat peste un obiect



Un obiect este așezat peste aparat

6.3 Implementarea funcției „Corecție la 0 kg“

1. Așezați aparatul pe o podea dură și dreaptă.

2. Apăsați butonul  pentru a porni aparatul.

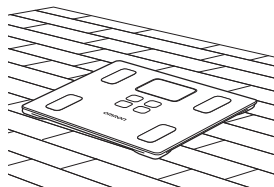
3. Selectați numărul dumneavoastră personal sau „00”.

Selectați numărul dumneavoastră personal sau „00” folosind butonul

, apoi apăsați butonul  pentru a confirma.

4. Atunci când este afișată indicația „0,0 kg”, apăsați butonul  (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

Procedura pentru implementarea funcției „Corecție la 0 kg” este finalizată. Așteptați 5 secunde, apoi efectuați o măsurătoare.



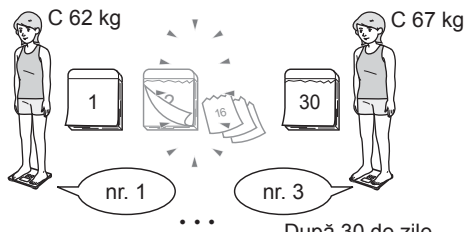
Instrucțiuni de utilizare

7. Efectuarea unei măsurători

Când o persoană pășește pe aparat, acesta va fi alimentat cu energie, recunoscând automat numărul personal și începând măsurătoarea.

Este posibil să se afișeze numărul personal eronat în următoarele cazuri.

- Sunt efectuate măsurători pentru utilizatori cu tipuri de corp și greutatea corporale similare.
- Greutatea dumneavoastră corporală s-a schimbat de la ultima măsurătoare.

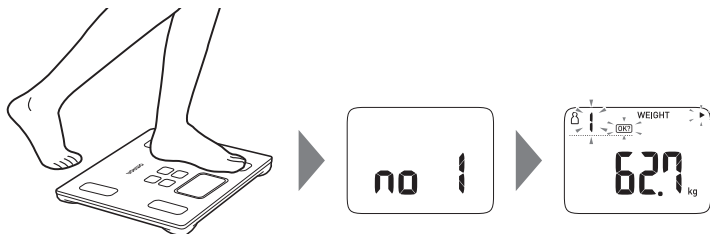


Dacă recunoașterea inexactă continuă, selectați numărul dumneavoastră personal pentru a efectua o măsurătoare. (Consultați secțiunea 9.)

RO

1. Efectuați o măsurătoare atunci când aparatul nu este alimentat cu energie.

La pășirea pe aparat, acesta pornește automat.



2. Atunci când sunt afișate numărul personal și rezultatele măsurătorii, măsurătoarea este finalizată.

Coborâți de pe aparat.

3. Confirmați numărul dumneavoastră personal.

■ Dacă numărul dumneavoastră personal este corect...

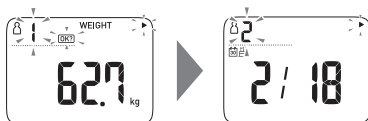
Apăsați butonul **SET** pentru a confirma numărul personal. **OK?** dispăre.

Chiar dacă opriți aparatul în timp ce **OK?** clipește, rezultatele sunt înregistrate pe aparat ca valoarea alocată numărului personal afișat.



■ Dacă numărul dumneavoastră personal este incorect...

Înainte ca aparatul să se oprească, selectați numărul dumneavoastră personal folosind butonul **▶**, apoi apăsați butonul **SET** pentru a confirma.



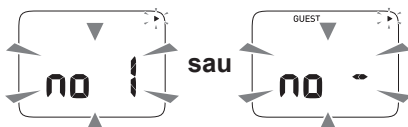
■ Dacă ați confirmat numărul dumneavoastră personal în mod incorect...

Înainte ca aparatul să se oprească, apăsați butonul **SET** pentru a putea selecta din nou numărul dumneavoastră personal.

Dacă indicația „no 1“ (nr. 1) - „no 4“ (nr. 4) clipește pe afișaj sau dacă apare mesajul **GUEST (VIZITATOR)**, înseamnă că datele dumneavoastră personale nu au fost înregistrate în aparat.

Înregistrați-vă datele personale.

Puteți utiliza și modul Vizitator.



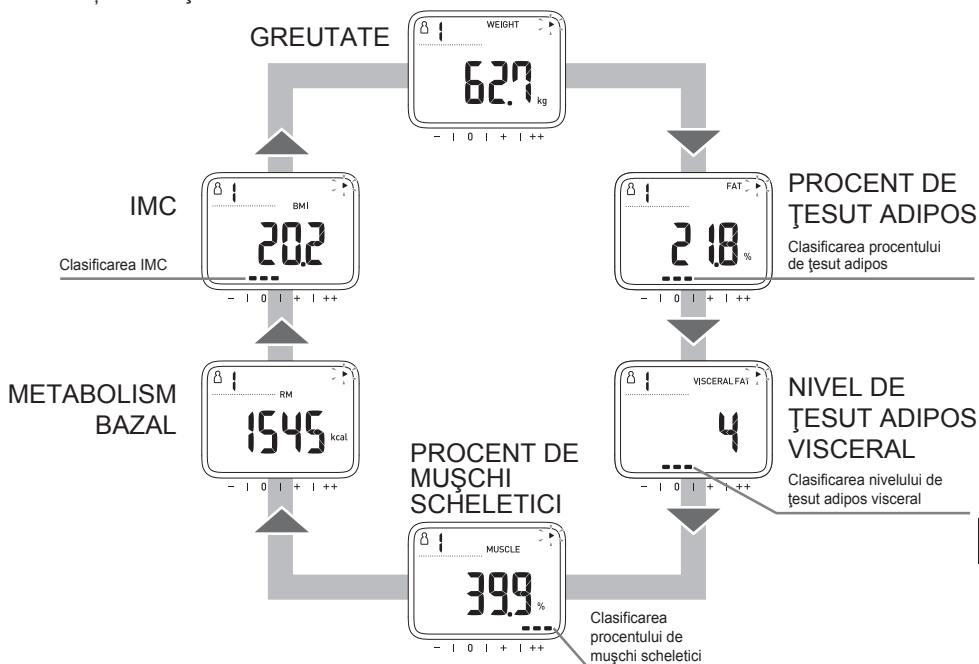
4. Verificați rezultatele măsurătorii.

Afișajele cu rezultate apar automat, în ordinea indicată mai jos.

Odată ce ați confirmat numărul dumneavoastră personal, puteți trece la un rezultat de măsurare pe care doriți să-l vizualizați folosind butonul .

Notă

- Utilizați procentul de țesut adipos, nivelul de țesut adipos visceral, procentul de mușchi scheletici și indicatorul de clasificare IMC ca valori de ghidare pentru măsurare.
- Pentru a înțelege mai bine rezultatele măsurătorii, consultați informațiile și diagramele din secțiunile 17 și 18.



RO

5. Apăsați butonul (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 3 minute.

Utilizarea funcției de memorie

8. Vizualizarea rezultatelor măsurătorii pe dispozitivul dumneavoastră inteligent

Respectați instrucțiunile din aplicația „OMRON connect“ pentru a vizualiza rezultatele măsurătorii dumneavoastră.

Apoi, puteți confirma variația parametrilor privind greutatea și compoziția dumneavoastră corporală pe dispozitivul inteligent.

Notă

- Aplicația „OMRON connect“ trebuie instalată pe dispozitivul dumneavoastră inteligent. (Consultați secțiunea 3.)

Atunci când este necesar

9. Selectarea numărului personal și efectuarea unei măsurători

Dacă se întâmplă frecvent ca numărul dumneavoastră personal să nu fie recunoscut, puteți selecta numărul personal și efectua măsurători după cum urmează.

1. Apăsați butonul pentru a porni aparatul.

Aparatul este alimentat cu energie. Numărul personal „1” clipește.

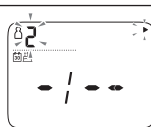


2. Selectați numărul dumneavoastră personal.

Selectați numărul dumneavoastră personal folosind butonul .

Atunci când este afișată data nașterii (- / - -),
Datele dumneavoastră personale nu au fost înregistrate la numărul personal.

Înregistrați-vă datele personale. (Consultați secțiunea 5.)

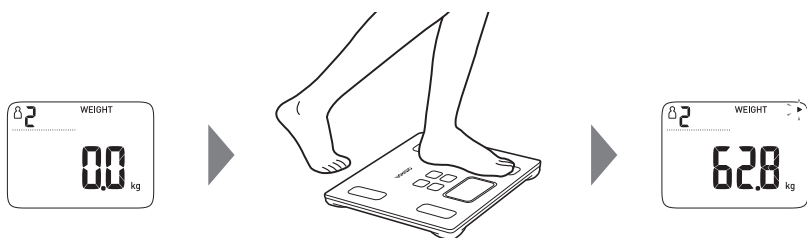


3. Apăsați butonul pentru a confirma numărul personal.

Este afișată indicația „0,0 kg”.

4. Efectuați măsurătoarea atunci când este afișată indicația „0,0 kg”.

Pășiți pe aparat.



5. Verificați rezultatele măsurătorii.

Afișajele cu rezultate apar automat.

6. Apăsați butonul (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 3 minute.

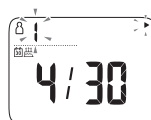
Atunci când este necesar

10. Modul Vizitator (Mod neînregistrat)



Atunci când este utilizat acest mod, rezultatele măsurătorii nu vor fi înregistrate.

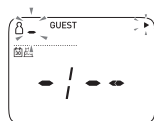
1. Apăsați butonul pentru a porni aparatul.

Aparatul este alimentat cu energie. Numărul personal „1” clipește.





2. Selectați și confirmați „GUEST”.


Selectați „GUEST” (VIZITATOR) folosind butonul , apoi apăsați butonul  pentru a confirma.

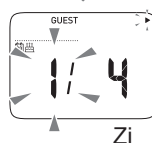
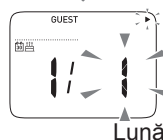


3. Introduceți datele personale.

3.1 Setări data nașterii





Apăsați butonul  pentru a seta data nașterii și apăsați butonul  pentru a confirma.

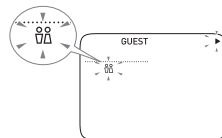
- Setarea intervalului de ani: 1900 - 2045
- În timpul setării anului și datei, mențineți apăsat butonul  pentru a avansa rapid în incremente de 10.





RO

3.2 Setări sexul

Apăsați butonul  pentru a seta genul  (MASCULIN) sau  (FEMININ) și apăsați butonul  pentru a confirma.



3.3 Setări înălțimea

Apăsați butonul  pentru a seta înălțimea și apăsați butonul  pentru a confirma.

- Apăsați în mod continuu pentru a avansa rapid în incremente de 10 cm (1 inch).

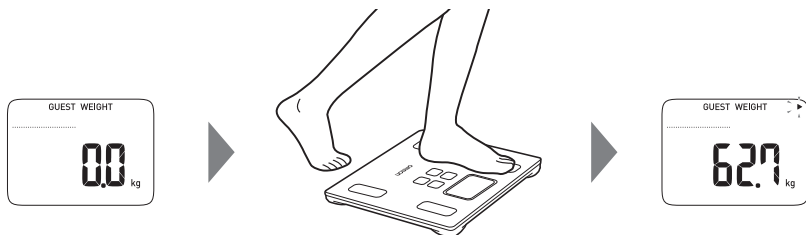


După afișarea tuturor setărilor în vederea confirmării, pe afișaj apare indicația „0,0 kg”.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 1 minut după ce este afișată indicația „0,0 kg”.

4. Începeți măsurătoarea atunci când este afișată indicația „0,0 kg“.

Pășiți pe aparat.



5. Verificați rezultatele măsurătorii.

Afișajele cu rezultate apar automat.

6. Apăsăți butonul (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 3 minute.

Atunci când este necesar

11. Măsurarea exclusivă a greutatei

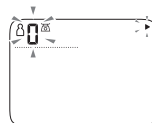
Atunci când este utilizat acest mod, rezultatul măsurătorii nu va fi înregistrat.

1. Apăsăți butonul pentru a porni aparatul.

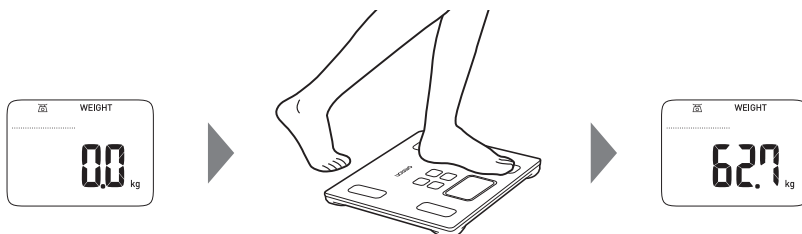
Aparatul este alimentat cu energie. Numărul personal „1“ clipește.

2. Selectați și confirmați „00“.

Selectați „00“ folosind butonul , apoi apăsați butonul  pentru a confirma.



3. Pășiți pe aparat după ce pe afișaj apare indicația „0,0 kg“.



4. Verificați rezultatul măsurătorii.

Greutatea dumneavoastră este afișată intermitent pentru a indica finalizarea măsurătorii.

5. Apăsăți butonul (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 3 minute.

Atunci când este necesar


12. Modificarea sau ștergerea datelor personale

1. Apăsați butonul pentru a porni aparatul.

Aparatul este alimentat cu energie. Numărul personal „1” clipește.



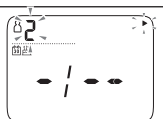
2. Selectați numărul dumneavoastră personal

Apăsați butonul  pentru a selecta numărul personal.



Atunci când este afișată data nașterii (- / - -),

Datele dumneavoastră personale nu sunt înregistrate la numărul personal. Înregistrați-vă datele personale. (Consultați secțiunea 5.)



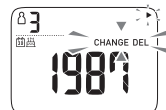
3. Apăsați butonul pentru a confirma numărul personal.

Este afișată indicația „0,0 kg”.



4. Apăsați butonul .

Mesajele „CHANGE” (Modificare) și „DEL” (Ștergere) sunt afișate intermitent.



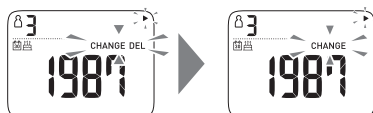
5. Selectați „CHANGE” (Modificare) sau „DELETE” (Ștergere) pentru a gestiona datele personale

- Chiar dacă datele personale sunt modificate, rezultatele măsurătorii nu vor fi modificate sau șterse. În cazul în care utilizați numărul personal care a fost utilizat de o altă persoană, ștergeți datele personale, apoi înregistrați-le din nou.

Modificarea datelor personale

(Rezultatele măsurătorii nu vor fi șterse)

1. Apăsați butonul pentru a selecta „CHANGE” (Modificare)




2. Apăsați butonul

Anul clipește.



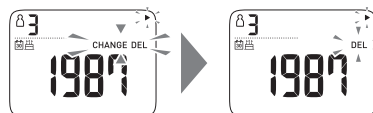
3. Modificați „data nașterii”, „genul” și „înălțimea” consultând pașii 3 ~ 5 ai secțiunii 5.

- Pentru a opri orice modificare la jumătatea procesului, apăsați butonul  (2 secunde sau mai mult) pentru a întrerupe alimentarea cu energie.
- Rezultatele măsurătorii netransferate nu vor fi modificate.

Ștergerea datelor personale

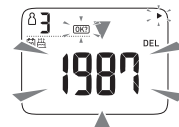
(Vor fi șterse și rezultatele măsurătorii)

1. Apăsați butonul pentru a selecta „DEL” (Ștergere)

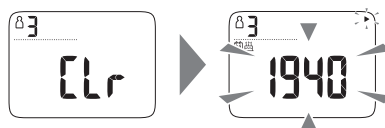


2. Apăsați butonul

 clipește.



3. Apăsați butonul din nou



RO

Atunci când este necesar

13. Ștergerea setării de comunicare

Dacă nu mai doriți să utilizați aplicația „OMRON connect” sau dacă doriți să ștergeți setările de comunicare din dispozitivul dumneavoastră inteligent, efectuați următorii pași. Toate setările de comunicare înregistrate în aparat vor fi șterse.

1. Apăsați și mențineți apăsat butonul  mai mult de 2 secunde.

„P” și simbolul Bluetooth clipesc.



2. Apăsați și mențineți apăsat din nou butonul  mai mult de 2 secunde.

„OK?” și „CLr” clipesc.



3. Apăsați butonul  pentru a confirma.

Alimentarea cu energie se întrerupe dacă aparatul nu este utilizat timp de 10 secunde după ce este afișat mesajul „CLr”.



Atunci când este necesar

14. Întreținerea și depozitarea

Curățarea unității




- Unitatea trebuie să fie întotdeauna curată înainte de utilizare.
- Ștergeți aparatul cu o lavetă moale și uscată. Dacă este necesar, utilizați o lavetă umezită cu apă sau detergent și stoarceți-o bine înainte de a curăța aparatul, apoi ștergeți cu o lavetă uscată.
- Nu utilizați benzen sau diluant, sau alți solvenți volatili pentru curățarea aparatului.
- Nu spălați aparatul cu apă.



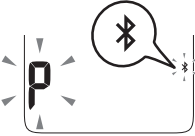








Întreținerea și depozitarea

- Nu depozitați unitatea în:
 - Condiții de umiditate în care umezeala sau apa pot pătrunde în aparat
 - Condiții de temperaturi ridicate, în locații expuse direct la radiațiile solare sau în locuri cu mult praf
 - Locații expuse șocurilor sau vibrațiilor.
 - Locații în care sunt depozitate produse chimice sau unde sunt prezente gaze corozive.
- Nu efectuați personal reparațiile. Acest produs este calibrat din fabricație. Dacă nu sunteți sigur de precizia măsurătorilor, vă rugăm să contactați distribuitorul autorizat OMRON. În general, se recomandă să efectuați inspectarea dispozitivului la fiecare 2 ani, pentru a vă asigura că acesta funcționează corect și că oferă rezultate exacte.

15. Identificarea și rezolvarea problemelor

În cazul în care, în timpul măsurătorii, apar oricare dintre problemele prezentate mai jos, asigurați-vă mai întâi că nu există niciun dispozitiv electric la o distanță de 30 de cm. Dacă problema persistă, consultați tabelul de mai jos.

Eroare afișată	Cauză	Rezolvare
Err 1	Ați pășit de pe aparat în timpul măsurării compoziției corporale.	Nu coborâți de pe aparat până când nu s-a încheiat măsurarea compoziției corporale. (Consultați secțiunea 6.)
	Tălpile dumneavoastră nu realizează un contact ferm cu electrozii.	Asigurați-vă că stați într-o poziție corectă pe aparat, realizând un contact ferm între tălpi și electrozi atunci când efectuați măsurătoarea. (Consultați secțiunea 6.)
Err 2	Poziția pentru efectuarea măsurătorii este incorectă, tălpile dumneavoastră nu realizează un contact ferm cu electrozii sau sunt uscate.	Îndreptați genunchii și spatele. Țineți tălpile amplasate ferm pe electrozi și nu le mișcați în timpul măsurătorii. (Consultați secțiunea 6.) Umeziți-vă ușor tălpile picioarelor cu un prosop umed și încercați din nou.
Err 5	După setarea datei și orei, aparatul a fost atins sau utilizat înainte ca afișajul să se stingă automat.	Scoateți și reintroduceți bateria. Reporniți dispozitivul și începeți cu „Sincronizarea aparatului cu dispozitivul dumneavoastră inteligent”. (Consultați secțiunea 3.)
	Eroare dispozitiv.	• Atunci când sunt afișate data și ora, vă rugăm să nu utilizați aparatul în timp ce alimentarea cu energie electrică este întreruptă automat. Scoateți și reintroduceți bateria. Odată finalizată această procedură, vă rugăm să reporniți dispozitivul. Dacă această eroare este afișată în continuare, consultați reprezentantul de service OMRON.
Err 6	Eroare de comunicare.	Opriti aparatul și încercați să restabiliți comunicarea. Dacă această eroare este afișată din nou, consultați reprezentantul de service OMRON.
Err	V-ați mișcat în timpul unei măsurători.	Stați pe loc în timpul măsurătorii.
	Greutatea dumneavoastră corporală nu s-a încadrat în intervalul de măsurare.	
 Err	Eroare de comunicare.	Confirmați afișarea dispozitivului dumneavoastră inteligent și respectați instrucțiunile din cadrul aplicației „OMRON connect”. Consultați secțiunea „Ajutor” din cadrul aplicației „OMRON connect”.
	Nivelul de încărcare al bateriilor este scăzut.	Se recomandă să înlocuiți din timp bateriile cu unele noi. (Consultați secțiunea 2.)
	Bateriile sunt descărcate.	Înlocuiți bateriile. (Consultați secțiunea 2.)

Problemă	Cauză	Rezolvare
 <p>clipește</p>	Au fost memorate 24-29 de seturi de rezultate ale măsurătorilor.	Transferați rezultatele măsurătorii în aplicația „OMRON connect“, apoi simbolul va dispărea.
	Au fost memorate 30 de seturi de rezultate ale măsurătorilor.	Dacă numărul este mai mare de 30, cele mai vechi rezultate sunt șterse. Transferați rezultatele măsurătorii în aplicația „OMRON connect“, apoi simbolul va dispărea.
	Ați apăsat și ați menținut apăsat butonul  mai mult de 2 secunde.	Această problemă apare atunci când sincronizați aparatul cu dispozitivul dumneavoastră inteligent. Respectați instrucțiunile din aplicația „OMRON connect“. Apăsați butonul  (2 secunde sau mai mult) pentru a opri sincronizarea.
	Ați apăsat butonul  .	Această problemă apare atunci când datele sunt transferate în dispozitivul dumneavoastră inteligent. Respectați instrucțiunile din aplicația „OMRON connect“. Apăsați butonul  (2 secunde sau mai mult) pentru a opri transmisia.
	Ați apăsat și ați menținut apăsat butonul  mai mult de 2 secunde dacă „P“ și simbolul Bluetooth clipește.	Această problemă apare atunci când ștergeți setarea de comunicare. (Consultați secțiunea 13.) Apăsați butonul  (2 secunde sau mai mult) pentru a opri operația.
Chiar dacă porniți alimentarea cu energie, nu se afișează nimic. Chiar dacă pășiți pe aparat, nu se afișează nimic.	Nu sunt introduse bateriile.	Introduceți bateriile.
	Bateriile sunt introduse în direcția greșită.	Introduceți bateriile respectând polaritatea.
	Bateriile existente sunt uzate.	Înlocuiți toate cele patru baterii cu baterii noi.
După ce ați înlocuit bateriile, nu se afișează nimic atunci când pășiți pe aparat.	Nu ați setat unitatea de măsură, data și ora după înlocuirea bateriilor.	Setați unitatea de măsură, data și ora. (Consultați secțiunea 4.)
	Greutatea dumneavoastră corporală este prea mică. (Mai puțin de 12 kg.)	Selectați numărul personal înainte de a efectua o măsurătoare.
„-----“ este afișat pentru anumite rezultate.	Datele înregistrate sau valorile privind compoziția corporală sunt în afara intervalului de măsurare.	Verificați dacă setările pentru data nașterii, gen și înălțime sunt corecte. Chiar dacă aceste setări sunt corecte, „-----“ apare dacă sunt în afara intervalului de vârstă afișabil sau suportat.

Problemă	Cauză	Rezolvare
Rezultatul măsurătorii este mai mare sau mai mic decât cel real. Rezultatul variază în mod considerabil pentru fiecare măsurătoare.	Poziția dumneavoastră în timpul măsurătorii este incorectă.	Efectuați măsurătoarea menținând o poziție corectă.
	Efectuați măsurătoarea pe un covor, pe o suprafață moale sau o podea neuniformă.	Efectuați măsurătoarea pe o podea dură și dreaptă.
	Tălpile picioarelor și corpul dumneavoastră sunt reci, afectând circulația sângelui.	Încălziți-vă corpul pentru a restabili circulația normală a sângelui înainte de a efectua o măsurătoare.
	Electrozii pentru picioare sunt foarte reci.	Lăsați aparatul într-o încăpere caldă pentru o perioadă de timp, înainte de a efectua o măsurătoare.
	Tălpile dumneavoastră sunt uscate.	Umeziți-vă ușor tălpile picioarelor cu un prosop umed înainte de a efectua o măsurătoare.
	Funcția „Corecție la 0 kg” nu a fost implementată corect.	Implementați funcția „Corecție la 0 kg”. (Consultați secțiunea 6,3.)
Nu sunteți recunoscut în mod corespunzător.	Greutatea dumneavoastră corporală s-a schimbat semnificativ de la ultima măsurătoare.	Selectați numărul personal înainte de a efectua o măsurătoare. (Consultați secțiunea 9.)
	Tipul corpului dumneavoastră este similar cu cel al unei alte persoane înregistrate.	
	Au fost înregistrate rezultatele măsurătorii unui alt utilizator.	
Doriți să efectuați măsurătoare compoziției corporale, însă este afișată numai greutatea corporală.	Numărul personal sau opțiunea VIZITATOR nu este selectat(ă). (Numărul personal sau opțiunea VIZITATOR nu este afișat(ă).)	Selectați numărul personal sau opțiunea VIZITATOR înainte de a efectua o măsurătoare.
Nu reacționează un buton.	Ați apăsat pe un buton atunci când v-ați urcat pe aparat.	Coborâți de pe aparat, apoi apăsați pe un buton.
	Butonul este umed sau murdar.	Ștergeți apa sau pata înainte de a efectua o măsurătoare.
	Ați apăsat pe două sau mai multe butoane simultan.	Apăsați câte un buton pe rând.
Chiar dacă nu faceți nimic, aparatul se stinge.	Consultați secțiunea „Informații privind funcția de oprire”. (Consultați secțiunea 2.)	
Eroare la trimiterea datelor	Consultați secțiunea „Ajutor” din cadrul aplicației „OMRON connect”.	

Atunci când este necesar

16. Date tehnice

Categorie produs	Aparate pentru analizarea compoziției corporale	
Descriere produs	Monitor pentru determinarea compoziției corporale	
Model (cod)	VIVA (HBF-222T-EBK)	
Afișaj*	Greutate corporală:	2,0 - 150,0 kg cu increment de 0,1 kg (4,4 - 330,0 lb cu increment de 0,2 lb) (0 st 4,4 lb - 23 st 8,0 lb cu increment de 0,2 lb)
	Procent de țesut adipos:	5,0 – 60,0% cu increment de 0,1%
	Procent de mușchi scheletici:	5,0 – 50,0% cu increment de 0,1%
	IMC:	7,0 – 90,0 în increment de 0,1
	Metabolism bazal:	385 – 3999 kcal cu increment de 1 kcal
	Nivel de țesut adipos visceral:	30 de niveluri cu increment de 1 nivel
	Procent de țesut adipos, procent de mușchi scheletici și clasificare IMC: – (Redus) / 0 (Normal) / + (Ridicat) / ++ (Foarte ridicat) 4 niveluri	
	Clasificarea nivelului de țesut adipos visceral: 0 (Normal) / + (Ridicat) / ++ (Foarte ridicat) 3 niveluri	
	* Intervalul de vârstă pentru procentul de țesut adipos și clasificarea procentului de țesut adipos este cuprins între 10 și 80 de ani.	
	* Intervalul de vârstă pentru procentul de mușchi scheletici, clasificarea procentului de mușchi scheletici, nivelul de țesut adipos visceral, clasificarea nivelului de țesut adipos visceral și metabolismul bazal este cuprins între 18 și 80 de ani.	
Protocol de transmisie	Tehnologie Bluetooth® cu consum redus de energie	
Comunicare fără fir	Gamă de frecvențe:	2,4 GHz (2400 - 2483,5 MHz)
	Modulare:	GFSK
	Putere radiată efectivă:	< 20 dBm
Opțiuni de setare*	Pot fi memorate următoarele informații de la maxim 4 persoane.	
	Unitate de măsură	kg și cm / lb și inch / st-lb și inch
	Data nașterii	De la 1 ianuarie 1900 la 31 decembrie 2045
	Sex	Masculin / Feminin
	Înălțime	100,0 - 199,5 cm cu increment de 0,5 cm (3' 4" - 6' 6 1/2" cu increment de 1/4")
	* Atunci când înălțimea unei persoane este mai mică de 100,0 cm sau mai mare de 199,5 cm: Rezultatele măsurătorii indicatorului IMC și a compoziției corporale pot fi folosite drept referință.	
Precizia de măsurare a greutății	2,0 kg – 40,0 kg: ± 0,4 kg (4,4 lb – 88,2 lb: ± 0,88 lb) (4,4 lb - 6 st 4,2 lb: ± 0,88 lb)	
	40,0 kg – 150,0 kg: ± 1% (88,2 lb – 330,0 lb: ± 1%) (6 st 4,2 lb - 23 st 8,0 lb: ± 1%)	
Precizie (S.E.E. – eroare de estimare standard)	Procent de țesut adipos:	3,5%
	Procent de mușchi scheletici:	3,5%
	Nivel de țesut adipos visceral:	3 niveluri

Durată de viață	5 ani
Clasificare IP	IP21* * Clasificarea IP reprezintă gradul de protecție asigurat de carcasa în conformitate cu IEC 60529. Acest dispozitiv este protejat împotriva obiectelor străine solide cu diametru de 12,5 mm și mai mare, cum ar fi un deget. Acest dispozitiv este protejat împotriva căderii pe verticală a picăturilor de apă, ceea ce poate cauza apariția unor probleme în timpul funcționării normale.
Sursa de alimentare cu energie	4 baterii alcaline de tip AAA (LR03)
Durata de viață a bateriilor	Aproximativ 6 luni (În cazul în care bateriile alcaline de tip AAA sunt utilizate pentru patru măsurători, patru transferuri de date și patru persoane pe zi, la o temperatură a camerei de 23 °C)
Temperatura/umiditatea/presiunea atmosferică de funcționare	De la +5 °C la +40 °C, de la 30% la 85% umiditate relativă (fără condens), 860 hPa - 1060 hPa
Temperatura/umiditatea/presiunea atmosferică pentru depozitare și transport	De la -20 °C la +60 °C, de la 10% la 95% umiditate relativă (fără condens), 860 hPa - 1060 hPa
Greutate	Aproximativ 1,6 kg (inclusiv bateriile)
Dimensiuni exterioare	Aprox. 285 (l) × 28 (Î) × 280 (A) mm (Aprox. 11 1/5" (l) × 1 1/10" (Î) × 11" (A))
Cuprins	Monitor pentru determinarea compoziției corporale, 4 baterii alcaline de tip AAA (LR03), Instrucțiuni de setare, manual de instrucțiuni

Notă

- Specificațiile tehnice pot fi modificate fără aviz prealabil.
- Vă rugăm să raportați producătorului și autorității competente din statul membru în care locuiți incidentele grave care au avut loc folosind cu aparatul.

CE 0197 UK
CA 0086



Acest produs poate fi utilizat pe banda ISM fără licență, la 2,4 GHz. În cazul utilizării acestui produs în vecinătatea altor dispozitive fără fir, inclusiv pe bază de microunde și LAN fără fir, care sunt utilizate pe aceeași bandă de frecvență ca și produsul în cauză, există posibilitatea să apară interferențe între acest produs și alte dispozitive de tipul menționat. Dacă apar astfel de interferențe, vă rugăm să încetați utilizarea altor dispozitive, să schimbați locația acestui produs înainte de a-l utiliza sau să nu utilizați produsul în vecinătatea altor dispozitive fără fir.



Marca verbală și siglele **Bluetooth**® sunt mărci comerciale înregistrate, deținute de Bluetooth SIG, Inc. și orice utilizare a acestor mărci de către OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. are loc în baza unei licențe.

Prin prezenta, OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., declară că echipamentul radio de tip VIVA (HBF-222T-EBK) este în conformitate cu Directiva 2014/53/UE.

Textul complet al declarației de conformitate UE este disponibil la următoarea adresă de internet: www.omron-healthcare.com.

Apple și sigla Apple sunt mărci comerciale ale Apple Inc., înregistrate în S.U.A. și în alte țări.

App Store este o marcă de serviciu Apple Inc.

Android, sigla Google Play sunt mărci comerciale ale Google Inc.

Informații importante cu privire la compatibilitatea electromagnetică (EMC)

HBF-222T-EBK fabricat de OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. este în conformitate cu standardul EN60601-1-2:2015 privind compatibilitatea electromagnetică (CEM). Documentația suplimentară în conformitate cu acest standard CEM este disponibilă la OMRON HEALTHCARE EUROPE, la adresa menționată în acest manual de instrucțiuni sau pe www.omron-healthcare.com. Pentru informații CEM privind HBF-222T-EBK, accesați site-ul web.

RO

Garanția

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garantează acest produs timp de 3 ani de la data achiziției. Garanția nu include bateriile, ambalajul și/sau deteriorările de orice fel survenite ca urmare a oricărui tip de utilizare defectuoasă (cum ar fi scăparea pe jos sau abuzul fizic) cauzat de către utilizator. Produsele cu daune vor fi înlocuite numai dacă sunt returnate împreună cu factura / bonul de casă original.

Eliminarea corectă la deșeurile a acestui produs

(deșeurile provenite din echipamente electrice și electronice)



Acest marcaj prezent pe produs sau documentele asociate acestuia indică faptul că produsul nu trebuie eliminat împreună cu deșeurile menajere la sfârșitul duratei sale de viață. Pentru a preveni potențiala afectare a mediului sau a sănătății umane ca urmare a eliminării necontrolate a deșeurilor, separați acest produs de alte tipuri de deșeurii și reciclați-l în mod responsabil pentru a promova utilizarea sustenabilă a resurselor de materiale.

Utilizatorii casnici trebuie să ia legătura cu distribuitorul de la care au achiziționat produsul sau cu autoritățile locale pentru detalii cu privire la locurile și modalitățile în care acest produs poate fi returnat, în vederea unei reciclări ecologice.

Utilizatorii comerciali trebuie să contacteze furnizorul și să verifice termenii și condițiile contractului de cumpărare. Acest produs nu trebuie eliminat împreună cu alte deșeurii comerciale.

Acest produs nu conține substanțe periculoase.

Îndepărtarea bateriilor uzate trebuie efectuată în conformitate cu reglementările naționale privind îndepărtarea bateriilor.

Descrierea simbolurilor care, în funcție de model, pot fi găsite pe produs, pe ambalajul de vânzare al produsului sau în manualul de instrucțiuni.

	Parte aplicată - Tip BF Grad de protecție împotriva electrocutării (pierdere de curent)		Număr de serie
IP XX	Indice de protecție împotriva factorilor externi asigurat de IEC 60529		Limită de temperatură
	Marcaj CE		Limită de umiditate
	Simbol GOST-R		Limită de presiune atmosferică
	Simbol privind conformitatea cu standardele din Eurasia		Curent continuu
	Necesitatea ca utilizatorul să consulte instrucțiunile de utilizare		Acest produs nu trebuie utilizat de persoane cu implanturi medicale, de ex. stimulatoare cardiace, inimă artificială sau plămâni artificiali, sau alte echipamente electronice pentru menținerea funcțiilor vitale.
	Dispozitiv medical		Data fabricației
	Marcaj UKCA		Identificator unic al dispozitivului

17. Informații privind compoziția corporală

Principiul de calcul al compoziției corporale

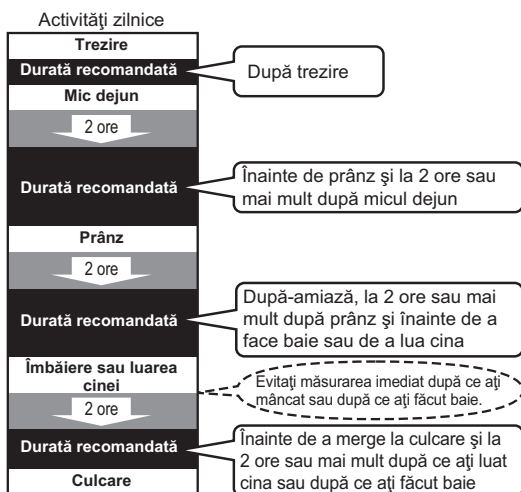
Țesutul adipos are o conductibilitate electrică mică

Aparatul VIVA măsoară procentul de țesut adipos prin metoda analizei impedanței bioelectrice (IB). Mușchii, vasele sanguine și oasele sunt țesuturi ale corpului cu un conținut ridicat de apă care conduc cu ușurință electricitatea. Țesutul adipos are o conductibilitate electrică mică. Aparatul VIVA trimite prin corpul dumneavoastră un curent electric extrem de slab, de 50 kHz și mai puțin de 500 μA, pentru a determina cantitatea de țesut adipos. Acest curent electric slab nu este simțit în timp ce utilizați aparatul VIVA.

În vederea determinării compoziției corporale, aparatul utilizează impedanța electrică a corpului, împreună cu informațiile despre înălțimea, greutatea, vârsta și genul dumneavoastră pentru a genera rezultate pe baza datelor introduse de OMRON privitoare la compoziția corporală.

Perioadele recomandate pentru efectuarea măsurătorilor

Înțelegerea modificărilor normale ale procentului de țesut adipos din corpul dumneavoastră vă poate ajuta la prevenirea sau reducerea obezității. Conștientizarea perioadelor în care procentul de țesut adipos se modifică în cadrul programului dumneavoastră zilnic vă va ajuta la stabilirea cu precizie a tendinței de evoluție a acestui tip de țesut. Se recomandă utilizarea acestei unități în același mediu și în aceleași circumstanțe zilnice. (Consultați diagrama)



RO

Evitați efectuarea de măsurători în următoarele condiții:

- Imediat după exerciții fizice intense, după baie sau saună.
- După ce ați băut alcool sau o cantitate mare de apă, după masă (așteptați circa 2 ore).

În cazul în care nivelul de țesut adipos indicat de aceste condiții fizice, compoziția corporală calculată poate diferi în mod semnificativ de procentul real, din cauza modificării conținutului de apă din corp.

Ce este IMC (indicele de masă corporală)?

IMC (afișat pe unitate ca BMI – body mass index) utilizează următoarea formulă simplă pentru a indica raportul dintre greutatea și înălțimea unei persoane.

$$\text{IMC} = \text{greutate (kg)} / \text{înălțime (m)} / \text{înălțime (m)}$$

Aparatul OMRON VIVA utilizează informațiile despre înălțime stocate la numărul alocat profilului dumneavoastră personal sau informațiile introduse de dumneavoastră în modul Guest (Vizitator) pentru a evalua greutatea dumneavoastră în funcție de indicele de masă corporală.

În cazul în care nivelul de țesut adipos indicat de IMC este mai mare decât standardul internațional, există un risc sporit de îmbolnăvire în cazul bolilor curente. Cu toate acestea, nu toate tipurile de țesut adipos pot fi semnalate de indicele de masă corporală.

Ce înseamnă procentul de țesut adipos?

Procentul de țesut adipos se referă la cantitatea de țesut adipos în raport cu greutatea corporală totală, exprimată în procente.

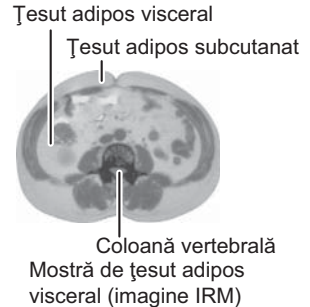
$$\text{Procentul de țesut adipos (\%)} = \frac{\text{Masa de țesut adipos (kg)}}{\text{Greutatea corporală (kg)}} \times 100$$

Aparatul VIVA utilizează metoda IB pentru a estima procentul de țesut adipos din corpul dumneavoastră. În funcție de zonele corpului în care este distribuit țesutul adipos, acesta este clasificat ca țesut adipos visceral sau țesut adipos subcutanat.

Ce este nivelul de țesut adipos visceral?

Țesut adipos visceral = țesutul adipos care înconjoară organele interne

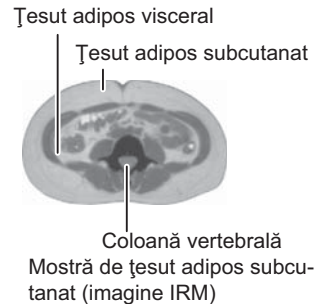
Se consideră că o cantitate prea mare de țesut adipos visceral este strâns legată de nivelul crescut de lipide din sânge, ceea ce poate duce la apariția unor boli curențe, precum hiperlipidemia și diabetul, fapt care afectează capacitatea insulinei de a transfera energie din circuitul sanguin în celule pentru a fi utilizată în procesele celulare. Pentru a preveni apariția bolilor curențe sau pentru a ameliora starea de sănătate a pacienților afectați de aceste boli, este important ca nivelul de țesut adipos visceral să fie redus la o valoare acceptabilă. Persoanele cu nivel ridicat de țesut adipos visceral prezintă tendința de a avea o circumferință abdominală mare. Totuși, această tendință nu se manifestă întotdeauna, iar nivelurile ridicate de țesut adipos visceral pot conduce la o obezitate metabolică. Obezitatea metabolică (obezitatea viscerală în condițiile unei greutate corporale normale) se caracterizează prin niveluri de țesut adipos mai ridicate față de medie, chiar dacă greutatea corporală a persoanei respective se încadrează în standardul pentru înălțimea sa.



Ce este țesutul adipos subcutanat?

Țesut adipos subcutanat = țesutul adipos situat sub piele

Țesutul adipos subcutanat se acumulează nu numai în jurul abdomenului, ci și în jurul părții superioare a brațelor, al șoldurilor și al coapselor, putând provoca deformarea proporțiilor corpului. Cu toate că nu este direct legat de un risc crescut de îmbolnăvire, se consideră că acest tip de țesut duce la creșterea presiunii suportate de inimă, precum și la alte complicații. Țesutul adipos subcutanat nu este afișat de această unitate, dar este inclus în procentul de țesut adipos.



Ce sunt mușchii scheletici?

Mușchii sunt de două tipuri: mușchi ai organelor interne (mușchi involuntari), cum ar fi mușchii cardiaci, și mușchii scheletici, care fixați pe oase și sunt utilizați pentru mișcarea corpului. Mușchii scheletici se pot dezvolta prin intermediul exercițiilor fizice și al altor activități. Creșterea masei musculare scheletice înseamnă o capacitate sporită a corpului de a arde mai ușor energia, reducându-se probabilitatea de acumulare de țesut adipos și facilitându-se păstrarea unui stil de viață energetic.

Ce este metabolismul bazal?

Indiferent de nivelul dumneavoastră de activitate, este necesar un nivel minim de aport caloric pentru a susține funcțiile vitale ale corpului. Cunoscută sub denumirea de metabolism bazal, această valoare indică numărul de calorii de care aveți nevoie pentru a-i furniza corpului dumneavoastră suficiență energie pentru a funcționa.

18. Diagrame pentru interpretarea rezultatului măsurătorii

Interpretarea rezultatului pentru procentul de țesut adipos

	Vârștă	- (Redus)	0 (Normal)	+ (Ridicat)	++ (Foarte ridicat)
Feminin	10	< 16,1%	16,1 - 32,2%	32,3 - 35,2%	≧ 35,3%
	11	< 16,3%	16,3 - 33,1%	33,2 - 36,0%	≧ 36,1%
	12	< 16,4%	16,4 - 33,5%	33,6 - 36,3%	≧ 36,4%
	13	< 16,4%	16,4 - 33,8%	33,9 - 36,5%	≧ 36,6%
	14	< 16,3%	16,3 - 34,0%	34,1 - 36,7%	≧ 36,8%
	15	< 16,1%	16,1 - 34,2%	34,3 - 36,9%	≧ 37,0%
	16	< 15,8%	15,8 - 34,5%	34,6 - 37,1%	≧ 37,2%
	17	< 15,4%	15,4 - 34,7%	34,8 - 37,3%	≧ 37,4%
	18 - 39	< 21,0%	21,0 - 32,9%	33,0 - 38,9%	≧ 39,0%
	40 - 59	< 23,0%	23,0 - 33,9%	34,0 - 39,9%	≧ 40,0%
60 - 80	< 24,0%	24,0 - 35,9%	36,0 - 41,9%	≧ 42,0%	
Masculin	10	< 12,8%	12,8 - 27,9%	28,0 - 31,8%	≧ 31,9%
	11	< 12,6%	12,6 - 28,5%	28,6 - 32,6%	≧ 32,7%
	12	< 12,3%	12,3 - 28,2%	28,3 - 32,4%	≧ 32,5%
	13	< 11,6%	11,6 - 27,5%	27,6 - 31,3%	≧ 31,4%
	14	< 11,1%	11,1 - 26,4%	26,5 - 30,0%	≧ 30,1%
	15	< 10,8%	10,8 - 25,4%	25,5 - 28,7%	≧ 28,8%
	16	< 10,4%	10,4 - 24,7%	24,8 - 27,7%	≧ 27,8%
	17	< 10,1%	10,1 - 24,2%	24,3 - 26,8%	≧ 26,9%
	18 - 39	< 8,0%	8,0 - 19,9%	20,0 - 24,9%	≧ 25,0%
	40 - 59	< 11,0%	11,0 - 21,9%	22,0 - 27,9%	≧ 28,0%
60 - 80	< 13,0%	13,0 - 24,9%	25,0 - 29,9%	≧ 30,0%	

RO

HD McCarthy și al., în International Journal of Obesity, vol. 30, 2006, și de Gallagher și al., American Journal of Clinical Nutrition, vol. 72, sept. 2000, și clasificat pe patru niveluri de OMRON HEALTHCARE.

Interpretarea rezultatului pentru nivelul de țesut adipos visceral

Nivelul de țesut adipos visceral	Clasificarea nivelului
1 - 9	0 (Normal)
10 - 14	+ (Ridicat)
15 - 30	++ (Foarte ridicat)

Conform cifrelor furnizate de OMRON HEALTHCARE.


Interpretarea rezultatului pentru procentul de mușchi scheletici

	Vârștă	- (Redus)	0 (Normal)	+ (Ridicat)	++ (Foarte ridicat)
Feminin	18 - 39	< 24,3%	24,3 - 30,3%	30,4 - 35,3%	≧ 35,4%
	40 - 59	< 24,1%	24,1 - 30,1%	30,2 - 35,1%	≧ 35,2%
	60 - 80	< 23,9%	23,9 - 29,9%	30,0 - 34,9%	≧ 35,0%
Masculin	18 - 39	< 33,3%	33,3 - 39,3%	39,4 - 44,0%	≧ 44,1%
	40 - 59	< 33,1%	33,1 - 39,1%	39,2 - 43,8%	≧ 43,9%
	60 - 80	< 32,9%	32,9 - 38,9%	39,0 - 43,6%	≧ 43,7%

Conform cifrelor furnizate de OMRON HEALTHCARE.

Interpretarea rezultatelor pentru IMC

IMC	IMC (Desemnare de către OMS)
< 18,5	- (Subponderal)
18,5 - 24,9	0 (Normal)
25 - 29,9	+ (Supraponderal)
≧ 30	++ (Obez)

Producător 	OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. 53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO, 617-0002 JAPONIA
Reprezentant pentru UE 	OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, OLANDA www.omron-healthcare.com
Importator în UE	
Unitate de producție	Krell Precision (Yangzhou) Co., Ltd. No.28, Xingyang Road, Economic Development Zone, Yangzhou Jiangsu 225009, China
Subsidiare	OMRON HEALTHCARE UK LTD. Importator în Regatul Unit și persoană responsabilă în Regatul Unit Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes, MK15 0DG, UK www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH www.omron-healthcare.com/distributors
	OMRON SANTÉ FRANCE SAS www.omron-healthcare.com/distributors